

東門國小附設幼兒園11月菜單

| 日期     | 星期 | 上午點心                        | 午餐                                                                   |                          |                        |     |                   | 附餐 | 下午點心 |                    |
|--------|----|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------------|-----|-------------------|----|------|--------------------|
|        |    |                             | 主食                                                                   | 主菜                       | 副菜一                    | 副菜二 | 湯類                |    |      |                    |
| 11月1日  | 二  | 鍋燒意麵<br>意麵,肉絲,青花菜,生香菇       | 五穀飯                                                                  | 酸甜肉片<br>肉片,鳳梨,洋蔥,生木耳     | 玉米三色<br>玉米粒,小黃瓜,紅蘿蔔    | 應青  | 洋芋排骨湯<br>洋芋,排骨    |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月2日  | 三  | 肉包+光泉鮮乳                     | 時蔬燴飯+海根燒雞+應青+如意凍腐湯<br>鮑菇,洗選蛋,洋蔥,蕃茄+雞丁,海帶根,白蘿蔔+應青+黃豆芽,凍豆腐             |                          |                        |     |                   |    |      | 仙草QQ甜湯<br>仙草凍,全白QQ |
| 11月3日  | 四  | 番薯瘦肉粥<br>地瓜,絞肉,洗選蛋          | 糙米飯                                                                  | 古早味肉燥<br>絞肉,洋蔥,生香菇,豆干丁   | 彩繪蒲瓜<br>蒲瓜,紅蘿蔔,玉米筍     | 應青  | 海芽豆腐湯<br>乾海芽,豆腐   |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月4日  | 五  | 珍珠丸子*3                      | 中華炒麵+香滷排骨+應青+清甜玉米湯<br>黃油麵,高麗菜,紅蘿蔔,生木耳,洋蔥+帶骨大排,滷包+青菜+玉米結,紅蘿蔔          |                          |                        |     |                   |    | 水果   | 銅鑼燒+光泉鮮乳           |
| 11月7日  | 一  | 香蒸蘿蔔糕*2                     | 小米飯                                                                  | 玉米燉肉<br>肉片,玉米結,紅棗        | 洋蔥炒蛋<br>洗選蛋,洋蔥         | 應青  | 福菜筍片湯<br>筍片,福菜    |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月8日  | 二  | 湯烏龍麵<br>烏龍麵,金針菇,青江菜,肉片      | 胚芽飯                                                                  | 蜜汁雞丁<br>雞丁,高麗菜,鮑菇        | 芹香干片<br>豆干片,芹菜,紅蘿蔔     | 應青  | 黃瓜大骨湯<br>大黃瓜,大骨   |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月9日  | 三  | 奶黃包+光泉鮮乳                    | 義式燴飯+炒雙花+應青+紫菜蛋花湯<br>絞肉,蕃茄,洋蔥,馬鈴薯,三色丁,義大利香料+青花菜,白花菜,紅蘿蔔+應青+紫菜,洗選蛋    |                          |                        |     |                   |    |      | 紅豆紫米粥<br>紅豆,紫米     |
| 11月10日 | 四  | 鮮蔬糙米粥<br>高麗菜,生香菇,紅蘿蔔,絞肉,糙米  | 小薏仁飯                                                                 | 砂鍋魚丁<br>魚丁,大白菜,紅蘿蔔,沙茶醬   | 小瓜三絲<br>干絲,小黃瓜,海帶絲     | 炒青菜 | 白玉魚丸湯<br>白蘿蔔,魚丸   |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月11日 | 五  | 餛飩湯<br>餛飩*3,小白菜,芹菜          | 南瓜蒸飯+冬瓜燉雞+應青+白菜三絲湯<br>南瓜,生香菇,洋蔥+雞丁,冬瓜+應青+大白菜,木耳,紅蘿蔔                  |                          |                        |     |                   |    | 水果   | 中華愛玉               |
| 11月14日 | 一  | 日式關東煮<br>白蘿蔔,油豆腐,黑輪,玉米結,柴魚片 | 芝麻飯                                                                  | 打拋豬<br>絞肉,洋蔥,蕃茄,九層塔      | 玉米炒蛋<br>洗選蛋,玉米粒        | 應青  | 紅棗青木瓜湯<br>青木瓜,紅棗  |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月15日 | 二  | 豬肉疙瘩湯<br>麵疙瘩,紅蘿蔔,高麗菜,洋蔥,肉絲  | 小米飯                                                                  | 鹽酥雞丁<br>帶骨胸丁,地瓜          | 芽菜片絲<br>油片絲,綠豆芽,紅蘿蔔,韭菜 | 應青  | 蒲瓜金菇湯<br>蒲瓜,金針菇   |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月16日 | 三  | 饅頭+光泉鮮乳                     | 酸辣湯麵+應青+滷蛋<br>白油麵,肉絲,豆腐,洗選蛋,木耳,紅蘿蔔,筍絲+應青+滷蛋*1                        |                          |                        |     |                   |    |      | 綠豆薏仁湯<br>綠豆,薏仁     |
| 11月17日 | 四  | 麻油麵線<br>白麵線,高麗菜,生香菇,凍豆腐,麻油  | 麥片飯                                                                  | 菇燒肉柳<br>豬柳,百頁豆腐,鮑魚菇      | 鮮炒黃瓜<br>大黃瓜,生木耳,紅蘿蔔    | 應青  | 筍香肉片湯<br>筍片,肉片    |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月18日 | 五  | 乾拌水餃*5                      | 咖哩雞肉燴飯+白菜滷+應青+青菜豆腐湯<br>雞丁,洋蔥,洋芋,紅蘿蔔,咖哩粉+大白菜,紅蘿蔔,生香菇,角螺+青菜+小白菜,豆腐     |                          |                        |     |                   |    | 水果   | 黑糖餐包+光泉鮮乳          |
| 11月19日 | 六  | 校慶餐盒                        |                                                                      |                          |                        |     |                   |    |      |                    |
| 11月21日 | 一  | 校慶補假                        |                                                                      |                          |                        |     |                   |    |      |                    |
| 11月22日 | 二  | 青瓜雞湯<br>雞丁,青木瓜,凍豆腐,生香菇      | 五穀飯                                                                  | 薑汁燒雞<br>雞丁,洋蔥,薑          | 冬瓜燴魚羹<br>冬瓜,魚羹,紅蘿蔔     | 應青  | 味噌湯<br>乾海芽,豆腐,味噌  |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月23日 | 三  | 蕃茄肉末粥<br>蕃茄,鮑菇,高麗菜,絞肉       | 什錦炒米粉+肉骨茶燜肉+應青+枸杞蒲瓜湯<br>乾細米粉,洋蔥,紅蘿蔔,小白菜,生木耳+肉角,白蘿蔔,凍豆腐,肉骨茶包+青菜+蒲瓜,枸杞 |                          |                        |     |                   |    |      | 銀耳紅豆湯<br>紅豆,白木耳,桂圓 |
| 11月24日 | 四  | 茶葉蛋+麥茶                      | 紫米飯                                                                  | 三杯雞丁<br>雞丁,洋蔥,米血,九層塔,薑,蒜 | 三色南瓜<br>南瓜,三色丁         | 應青  | 黃豆芽排骨湯<br>黃豆芽,排骨  |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月25日 | 五  | 麵線糊<br>蚵麵線,紅蘿蔔,金針菇,筍絲,洗選蛋   | 上海炊飯+蒲燒鯛魚+應青+海結雙蔬湯<br>肉絲,培根,青江菜,生香菇+蒲燒鯛魚+青菜+海帶結,白蘿蔔,紅蘿蔔              |                          |                        |     |                   |    | 水果   | 丹麥可頌+光泉鮮乳          |
| 11月28日 | 一  | 洋芋營養粥<br>馬鈴薯,絞肉,小白菜,紅蘿蔔     | 麥片飯                                                                  | 榨菜肉絲<br>肉絲,榨菜,洋蔥         | 紅娘炒蛋<br>洗選蛋,紅蘿蔔        | 應青  | 蘿蔔大骨湯<br>白蘿蔔,大骨   |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月29日 | 二  | 水煮玉米<br>1/2玉米結*2            | 胚芽飯                                                                  | 彩繪雞丁<br>雞丁,洋蔥,甜椒         | 紅燒冬粉<br>冬粉,豆芽菜,碎干丁,紅蘿蔔 | 應青  | 當歸湯<br>大白菜,金針菇,當歸 |    | 水果拼盤 |                    |
| 11月30日 | 三  | 芋泥包+光泉鮮乳                    | 蛋炒飯+京醬肉絲+應青+南瓜肉片湯<br>洗選蛋,紅蘿蔔,洋蔥,高麗菜+肉絲,小黃瓜,洋蔥,甜麵醬+青菜+南瓜,肉片           |                          |                        |     |                   |    |      | 冬瓜米苔目<br>米苔目,冬瓜磚   |

※餐點皆使用國產豬